

安全確認チェックリスト【柔道】

競技会名	
期 日	
会 場	
記載者名	

区分	チェック項目	確認項目	✓
施設 設備 用具	畳の状態	平坦でずれ・段差・硬化がないか確認した。	
	畳の清掃	ほこり・湿気・滑りがないように清掃・乾燥を実施した。	
	畳周囲の安全	壁・柱・器具から十分な距離を確保した（少なくとも1m以上）。	
	柔道衣・帯	破損・ゆるみ・不適切な着装がないか確認した。	
	救護用具	救急箱・氷・AEDが使用可能な状態にある。	
	AED位置	全員がAEDの設置場所と使用手順を把握している。	
	照明・換気	稽古場が十分に明るく、空気の流れが確保されている。	
活動 内容	受け身指導	前・後ろ・横受け身を十分に習得させてから投げ技に移行している。	()
	段階的指導	技の指導を「安全→確実→応用」の順で行っている。	()
	投げ込み練習	投げ込みは指導者立会いのもと、乱暴な動作を禁止している。	()
	対人練習の組合せ	体格差・技量差を考慮してペアを決定している。	()
	稽古時間	過度な連続稽古を避け、適切な休憩を取らせている。	()
	体調確認	練習前に体調・睡眠・集中状態を確認している。	()
	頭部受傷時対応	頭部・頸部を打った場合は、意識の有無にかかわらず練習を中止している。	()
	医療受診	頭部外傷・脳振盪等では、医師の許可が出るまで復帰させていない。	()
	教育的指導	勝敗偏重にならず、安全・礼節・自己管理を重視している。	()
環境条件 体調管理	気温・湿度	稽古前に環境条件を確認し、熱中症対策を行っている。	
	水分補給	定期的な水分・塩分補給を指導している。	
	冬季対策	十分なウォーミングアップを行い、体を冷やさないようにしている。	
	換気管理	室内の換気を定期的に変更している。	
	減量管理	短期間の過度な減量を禁止し、健康状態を確認している。	()
	体調異常時の対応	体調不良・集中力低下の生徒を休ませる判断をしている。	()
大会 試合運営	会場設営	畳のずれ・段差がなく、周囲に安全スペースを確保している。	
	健康状態確認	出場選手の体調・既往歴（特に頭頸部外傷）を確認済み。	
	アップ会場管理	投げ込みは安全な範囲で実施し、受け身不十分者は禁止している。	
	救護体制	救護責任者・AED・搬送経路を事前に共有している。	
	試合中の安全判断	危険な体勢・反則動作を早期に止めている。	
	頭部受傷対応	頭部・頸部の外傷を訴えた選手は救護責任者の判断で競技を中止させている。	
	事故対応	発生状況を記録し、速やかに所属校・専門部へ報告している。	
教育的 観点	礼節・安全の指導	柔道の精神「精力善用・自他共栄」を踏まえ、安全と礼節を重視している。	()
	安全意識の醸成	指導者・生徒ともに定期的に安全講習や事故事例研究を行っている。	()
	責任意識の指導	生徒に「自分と相手の安全を守る責任」を理解させている。	()
その他	大会後の検証	事故発生時は映像・記録を基に原因分析を行い、再発防止策を共有している。	()

反省・報告（事故、ヒヤリハットなどを含む）

稽古・大会終了後に事務局に提出 ※（ ）は稽古及び大会後のリスト